http://www.apparentlyapparel.com/2/post/2011/08/why-did-russia-ban-the-use-of-microwave-ovens.html

Varför förbjöd Ryssland mikrovågsugnar?

Postad av: Zen Haven

Konsumenter dör idag, bl. annat på grund av att de fortsätter att äta mat som dödats i mikrovågsugnen. De tar en helt frisk bit rå mat, laddad med vitaminer och naturläkemedel, sedan bestrålar de den i mikrovågsugnen och förstör merparten av dess näring. **Människan är det enda djuret på [den här] planeten, som förstör näringsvärdet i sin mat innan det äter den.** Alla andra djur äter maten i sitt naturliga, oprocessade tillstånd, medan [vi] människor faktiskt går långt i vårt sätt, för att göra maten näringsmässigt värdelös, innan vi äter den. Inte undra på att människor är de minst friska däggdjuren på [den här] planeten.

Efter att många studier hade genomförts avseende nyttjande av mikrovågsugnar, förbjöds dessa i Ryssland 1976, på grund av deras negativa konsekvenser för vår hälsa. Efter införande av perestrojka[-politiken], avskaffades förbudet i början av 90-talet. Ett flertal dokument kan hittas på nätet i detta ämne.

Radarange (1967) – Den första hushållsanpassade mikrovågsugnen.

Jämförande studie i fetma, Europa - USA.

Uppfinningen av mikrovågsugnen och dess allmänna nyttjande av av befolkningarna [i alla utvecklade länder], sammanfaller med uppkomsten av fetma i världens utvecklade länder. Inte nog med att mikrovågsugnen gjorde det bekvämt att äta mer fetma-främjande mat, dess [införande] såg också till att förstöra mycket av näringsinnehållet i dessa livsmedel, [så att] konsumenterna försätts i ett latent tillstånd av undernärd överätning. **Med andra ord stoppar människor i sig för många kalorier, men inte tillräckligt [med] riktig näring.** Resultatet är naturligtvis vad vi idag ser: en epidemisk ökning av diabetes, cancer, hjärtsjukdomar, depression, njursvikt, leversjukdomar och mycket mer.

Varför förbjöd Ryssland mikrovågsugnar?

Alla de här sjukdomarna orsakas av en kombination av undernäring och exponering för giftiga kemikalier (plus andra faktorer, så som känslomässiga trauman, brist på motion etc.). Mikrovågsmat förorsakar nästan med automatik undernäring, och genom att helt enkelt äta processad mat (som allmänt produceras med tillsatser, vilka fungerar som konserveringsmedel, färgämnen, smakförstärkare och så vidare), så utsätter man sig för giftiga kemikalier.

Tillagning av mat i mikrovågsugn, är tekniskt sett, en form av **bestrålning** av livsmedel. Jag tycker det är intressant [att konstatera] att människor, som säger att de aldrig skulle äta "bestrålad" mat, inte tvekar att nyttja mikrovågsugn för tillagning av sin mat. [Egentligen]] handlar det om samma sak, bara bestrålande i en annan våglängd. I själva verket kallades mikrovågsugnar ursprungligen "radar bestrålare" [på engelska radar ranges].

Visst låter det konstigt idag, eller hur? Men när mikrovågsugnar, på 1970-talet först introducerades, marknadsfördes de stolt som radar-bestrålare. När du nyttjar en mikrovågsugn, bombarderar du din mat med högintensitets radar-strålning och den värms upp. På 1970-talet sågs detta som någon sorts rymdålders-mirakel. Kanske kommer en dag en uppfinnare, att skapa en utrustning för uppvärmning av mat, som inte genom beredningen så radikalt förändrar näringsvärdet i [våra] livsmedel, men jag tänker inte vänta på detta.

Det förmodligen, just nu, bästa sättet att värma sin mat på, är helt enkelt, att använda en bordsplacerad **'toaster'-ugn**, och att [vid tillagning] dra ned värmen så lågt som möjligt.

*Bilden: s.k. **'Toaster'-ugn** – nyttjar ej mikrovågor för sin uppvärmning.*

Däremot fungerar mikrovågsugnen som utlovat. Den värmer din mat, men den mekanism med vilken värme alstras, orsakar inre skador på de ömtåliga molekylära strukturerna i vitaminer och **fytonutrienter** (se förklaring i slutet av artikeln). Emellertid blir mineraler till stor del opåverkade, så att du ändå tillgodogör dig samma [dos av] magnesium, kalcium och zink i mikrade livsmedel, som du skulle fått i icke-mikrad mat, men alla viktiga B-vitaminer, antocyaniner, flavonoider och andra näringsämnen förstörs lätt i mikrovågsugnar.

Mikrovågsugnen är de levande-dödas hushållsapparat. Människor som använder mikrovågsugn regelbundet vandrar ner på en [sluttande] väg mot degenerativa sjukdomar och en livslång kamp med fetma. Ju mer du använder mikrovågsugnen, desto sämre blir din näringsmässiga situation, och desto sannolikare är det att du diagnostiseras för olika sjukdomar och sätts på [olika] läkemedel, som naturligtvis i sin tur skapar andra hälsoproblem, vilket leder till en allvarlig nedåtgående spiral [avseende din] hälsa.

Koka i 3 minuter och ta ut. Vänta sedan i 30 år för att se om de förorenade ingredienserna gett dig magcancer.

Varför förbjöd Ryssland mikrovågsugnar?

Gör dig själv en tjänst: Släng ut din mikrovågsugn eller donera den till någon välgörenhet. Det är mycket lättare att klara sig utan mikrovågsugnen, om du inte har tillgång till den. Det kommer att öka din köksyta, spara el och rejält förbättra dina matvanor.

När du behöver värma något, nyttja då en 'toaster'-ugn eller en stekpanna (undvik förstås teflon-behandlade redskap). Ännu bättre, sträva efter att äta mer av en rå, oprocessad kost. Det är ändå på så sätt du erhåller den bästa näringen.

Grönsaksmixer av fabrikat VILFA.

'Smooties' (fruktdrinkar).

Köp dig en grönsaksmixer och blanda upp några **fruktdrinkar**. Det går snabbare än med mikrade livsmedel och är långt nyttigare. (Se här för recept på fruktdrinkar).

Jag dricker en 'superfood' fruktdrink varje morgon, och jag har inte använt en mikrovågsugn på åratal. Att skydda [vår] hälsa är vårt eget ansvar, och det är upp till var och en, att fatta välgrundade beslut om hur vi köper, förbereder och konsumerar mat.

Fytonutrienter

Fytonutrienter är små växtbaserade ämnen, som påverkar många biokemiska och fysiologiska effekter i kroppen. Det har upptäckts flera hundra olika fytonutrienter, bland annat lykopen, indoler, flavonoider och karotener. Vissa fytonutrienter är växternas eget skydd mot solens strålning och insektsangrepp, andra fungerar som skydd mot bakterier och virus (exempelvis resveratrol i den röda vindruvan).

De flesta fytonutrienter är bra för hälsan, förutom giftiga sorter som finns i vissa svampar. Det pågår mycket forskning kring dessa ämnen. De flesta undersökningar studerar fytonutrienter och dess påverkan på hjärt- och kärlsjukdomar, cancer, kroppsrening samt fördröjning av åldersprocessen.

Dessa växtsubstanser kan även hjälpa idrottare, eftersom återhämtningsförmågan förbättras av dessa ämnen. Många fytonutrienter fungerar som antioxidanter, vilka bekämpar fria radikaler och skyddar kroppens celler mot skada.

Fria radikaler bildas bland annat i stora mängder vid hård träning. Forskare har upptäckt att fytonutrienter även har en stark naturlig antiinflammatorisk egenskap samt stärker immunförsvaret.

Varför förbjöd Ryssland mikrovågsugnar?

Fytonutrienter hittar vi främst i:

· frukt
· grönsaker
· bönor
· bär.

Fytonutrienterna sitter i färgen: se därför till att inkludera olika färger i salladen/fruktskålen.

Text: Gyula S. Bercsenyi och Alexandra Pettersson

http://www.lifeportalen.se/articles/1751

Nedan finns några av de senaste vetenskapliga rönen om mikrovågsbehandlad mat:

1. Bestrålning av mat i mikrovågsugn [gör att maten] förlorar 60 till 90% av sitt vitala energifält, samt att livsmedlets strukturella upplösning påskyndas.
2. Mikring av mat skapar cancerframkallande ämnen i mjölk och spannmål.
3. Mikring av mat ändrar elementära mat-ämnen, vilket förorsakar matsmältningsproblem.
4. Mikring av mat förändrar livsmedelns kemi, vilket kan leda till funktionsstörningar i lymfsystemet och en degenerering av kroppens förmåga att skydda sig mot cancertumörer.
5. Mikring av mat leder till en högre procentandel cancerceller i blodströmmen.
6. Mikrovågsbehandling förändrar nedbrytning av elementära ämnen och fria radikaler bildas när råa, kokta eller frysta grönsaker, även under bara en kort tid bestrålas.
7. Mikrovågsbehandlad mat förorsakar mag- och tarmcancer-tumörer, en allmän degenerering av perifera cellulära vävnader och en gradvis nedbrytning av [kroppens] mag- och utsöndrings-system, i ett statistiskt stor andel människor.
8. Mikrovågsbehandlad mat försämrar kroppens förmåga att tillgodogöra sig B-komplex vitaminer, C-vitamin, E-vitamin, livsviktiga mineraler och lipotroper (viktiga ämnen för nedbrytning av fett).
9. Mikrovågsstrålningen omkring en mikrovågsugn, förorsakar även det en massa hälsoproblem.
10. Mikrovågsuppvärmning av berett kött, anpassat för mänsklig konsumtion, skapar:
    - d-Nitrosodiethanolamine (ett välkänt cancerogent ämne).
    - en destabilisering av aktiva protein-biomolekylära föreningar.
    - en bindande verkan till radioaktivitet i atmosfären.
    - cancerframkallande ämnen, inom protein-hydrosylat föreningar, i mjölk och spannmål.

Varför förbjöd Ryssland mikrovågsugnar?

11. Upptining genom mikrovågsbestrålning i mikrovågsugn, orsakar även förändringar i det katabola (nedbrytnings) beteendet, hos glukosider och galaktosider, ämnen i frysta frukter.
12. Mikrovågor förändrar det katabola beteendet hos växt-alkaloider, i råa, kokta eller frysta grönsaker, även vid mycket kort tid av bestrålning.
13. Cancerframkallande fria radikaler bildas i vissa växtsubstansers molekylära spårmineralbindningar, då särskilt i råa rotfrukter.
14. På grund av kemiska förändringar i livsmedeln, inträffar störningar i [människans] lymfsystem, vilket förorsakar en försämring av immunförsvarets förmåga att skydda oss mot tillväxt av cancer.
15. Den instabila katabolismen hos mikrovågsbestrålad mat, förändrar dess elementära innehåll, vilket leder till störningar i matsmältningssystemet.
16. Konsumtion av mikrovågsbestrålad mat genererar en statistiskt högre risk för mag- och tarmcancer, plus en allmänt försämrad funktion hos perifera cellulära vävnader, med en gradvis nedbrytning av matsmältnings- och utsöndringssystemets funktion.
17. Mikrovågsbestrålning förorsakar signifikanta minskningar av näringsvärdet i alla studerade livsmedel, särskilt då:
    - minskning av biotillgängligheten av B-komplex-vitaminer, C-vitamin, E-vitamin, essentiella mineraler och lipotroper.
    - förstörelse av nukleoproteiners näringsvärde i kött.
    - sänkning av den metaboliska aktiviteten hos alkaloider, glykosider, galaktosider och nitrilosider (alla grundläggande vegetabiliska substanser i frukt och grönsaker).
    - markant ökning av strukturell upplösning i alla livsmedel.

Plantskott *vattnade i 9 dagar med mikrat vatten(vänster) och rent vatten (höger). Mikrovågsbehandlingen dödar näringsämnena i vatten och mat.*

Varför förbjöd Ryssland mikrovågsugnar?

Mike från Natural News.com har följande att säga om mikrovågsugnar.

Ökningen av omfattande näringsbrist i västvärlden, överensstämmer nästan helt med introduktionen av mikrovågsugnen. Detta är ingen tillfällighet. Uppvärmning av mat i mikrovågsugnar sker genom en process som skapar friktion på molekylär nivå, men precis samma molekylära friktion, förstör snabbt de känsliga molekylerna i vitaminer och fyto-näringsämnen (växters läkemedel) som finns naturligt i livsmedel. En studie visade att bestrålning av grönsaker i mikrovågsugn, förstör upp till 97% av näringsinnehållet (vitaminer och andra växtbaserade näringsämnen, vilka förhindrar sjukdomar, stärker immunförsvaret och förbättrar hälsan). Med andra ord, äter du rå broccoli så får du i dig en naturlig medicin mot cancer, som är extremt effektiv för att stoppa tillväxt av cancertumörer. Men mikrovågsvärmning av din broccoli förstör de näringsämnen som har anti-cancer egenskaper, vilket gör maten "död" och näringsmässigt utarmad. Det finns även en del belägg, som tyder på att mikrovågsugnen förstör den naturliga harmonin i vattenmolekyler, vilket skapar ett kaosartat energi-mönster i det vatten som finns i alla livsmedel. I själva verket är det vanliga [engelska] uttrycket, ”*nuking* [atombomba] din mat”, rätt träffande: Nyttjande av en mikrovågsugn är lite grann som att släppa en atombomb i din mat, och sedan äta nedfallet. (Till skillnad mot verklighetens atombomber, så utsätter du dig inte för någon strålning genom att äta mikrovågsbestrålad mat. Men tyvärr får du inte heller i dig mycket näring.)

Så om du ska använda en mikrovågsugn, föreslår jag att du kör igång den och sedan, där så är praktiskt möjligt, går ut ur köket. Amerikanska FDA (dess hälsomyndighet) rekommenderar att man "inte skall stå en längre tid framför en påslagen mikrovågsugn. Det pågår mycket forskning avseende [nyttjande av] mikrovågsugnar och den påverkan som detta kan ha på människors hälsa. Definitiva slutsatser från studien har ännu inte släppts, men om ovanstående ger en indikation över negativ påverkan på mat, så kan jag bara föreställa mig effekterna på den mänskliga kroppen. Så om du inte är tvingad att använda en mikrovågsugn, gör det inte. På så sätt bevarar du kvaliteten och näringsvärdet i din mat.

Ge dig själv och din familj en stor livsviktig fördel, kasta ut mikrovågsugnen!

Ägna lite längre tid åt att göra i ordning din mat, lev ett längre och friskare liv!

- Zach R.

Kommentar
Linder
04/27/2012 8:23 am

Ryssland tillåter ännu inte att **några** mikrovågsugnar säljas i deras land. Du kan inte köpa en eller ens importera en till Ryssland. Jag kastade ut min efter att ha ägt en sedan 1974. Jag hade mycket besvär med mina knän och ryggslutet. Samma sak med min 25-årige sons leder. Inom en månad efter att mikron hamnat i soporna, mådde både han och jag mycket bättre, befriade från ömma leder. Jag föreslår att alla kastar ut sina ugnar, om de vill leva ett liv fritt från ledsmärtor.

Översättning:
Traducteur Sans Frontiéres